

Ein vorzüglicher Mischtee für den Familientisch nach Maria Treben

Pflanze	gesammelt werden ...	hilft bei .../weitere Verwendung
Hufplattich	Blüten, später Blätter	
Schlüsselblume	Köpfe	
Veilchen in jeder Art	Blüten und Blätter	
Lungenkraut	Köpfe	
Sauerklee	Blüten	
Gundelrebe (sehr wenig)	Blütenköpfe	
Brennnessel		lindert bei Entzündungen der Harnwege und Nieren Brennnesselschnaps bei Wassersucht, Nieren-, Harngries und Nierensteinen
Frauenmantel	Blätter und Blüten	
Ehrenpreis	Blüten, Blätter, Stängel	gegen hohen Cholesterinspiegel
Erdbeer-, Brombeer-, Himbeerspitzen	Blätter	
Holunder	Holunderschosse, später Blüten	Beere: Kräftigung des Immunsystems Holunderblütensirup, -gelee
Gänseblümchen	Blüten	
Lindenblüten, in der Sonne gepflückt		
Kamille	Blüten	
Wiesengeißbart	Blüten	
Ringelblume	Blüten	
Waldmeister	Blätter, Stängel, Blüten	löst Verkrampfung und wirkt beruhigend
Thymian	Blüten, Blätter, Stängel	Thymiantinktur
Melisse	Blüten, Blätter, Stängel oder Stängel und Blätter ohne Blüten	
Pfefferminze	Blüten, Blätter, Stängel oder Stängel und Blätter ohne Blüten	
Schafgarbe, in der Sonne gepflückt (nur wenig)	Blüten	blutstillend, blutreinigend, krampflösend, keimtötend
Königskerze, in der Sonne gepflückt	Blüten	
Majoran (Dost)	Blüten und Blätter	
Kleinblütiges Weidenröschen	Blüten, Blätter, Stängel	
Fichtenspitzen	ganz junge Triebe	Fichtenhonig und -likör
Labkraut	Blüten, Blätter, Stängel	
Rosenblütenblätter in allen Farben (biologische Düngung)		